

# سلامت نوجوانان: سوء‌صرف داروهای نسخه‌ای



بسیار خوب است که والدین درباره خطرات سوءصرف داروهای نسخه‌ای با فرزندان خود صحبت کنند. داروهای نسخه‌ای به داروهایی گفته می‌شود که پزشک‌ها تجویز می‌کنند. میزان سوءصرف داروهای نسخه‌ای در میان نوجوانان بسیار بیشتر از مواد مخدر خیابانی است. نوجوانان اغلب داروهای نسخه‌ای را از بستگان یا دوستان بدون آگاهی یا با آگاهی آنان می‌گیرند. نوجوانان فکر می‌کنند چون این داروها مصارف پزشکی دارند. استفاده از آنها هیچ خطری ندارد. نوجوانان شاید فکر کنند با صرف این داروها حس و حال بهتری خواهند داشت. جایگاه و مقام بهتری پیش دوستان پیدا می‌کنند، وزن کم می‌کنند، یا در مدرسه بهتر پیشرفت خواهند کرد.

داروهایی که اغلب توسط نوجوانان مورد سوءصرف قرار می‌گیرند عبارتند از مسکن Valium، Xanax، Ambien، (Vicodin، OxyContin، Percocet، Codeine) یا محرک‌ها (Ritalin، Adderall، Mebaral، Nembutal) و محرک‌ها (Mebaral، Nembutal) نوجوانان حتی شاید از داروهای غیر نسخه‌ای مانند شربت سرفه یا داروهای سرماخوردگی برای نشئه شدن استفاده کنند.

## خطرات

داروهای نسخه‌ای می‌توانند درست مانند مواد مخدر خیابانی اعتیادآور و خطرناک باشند. صرف مقدار زیاد این داروها می‌تواند سرعت تنفس را کم کرده و بر ضربان قلب شما تاثیر بگذارد. صرف بیش از اندازه یا مصرف همراه با دیگر داروها و یا مواد مخدر می‌تواند کشنده باشد.

## جلوگیری: در زندگی فرزند خود مشارکت داشته باشید

- ← درباره خطرات مواد با فرزند نوجوان خود صحبت کنید.
- ← به فرزند خود کمک کنید راه‌های سالمی برای مقابله با استرس پیدا کند.
- ← علائم صرف مواد در نوجوانان را بشناسید. بعنوان مثال فرزند شما علاقه و توجه اش به دوستان و فعالیت‌های عادی را از دست می‌دهد. شاید حتی متوجه تغییراتی در ظاهر، پیشرفت تحصیلی، یا عادت‌های غذا خوردن و خوابیدن وی بشوید.

## قرص‌ها نباید به آسانی در دسترس باشند

- ← تمام داروهای خود را در مکانی خشک و خنک دور از دسترس بچه‌ها قرار دهید.
- ← آمار تعداد قرص‌های خود را داشته باشید. قرص‌های کهنه یا مصرف نشده را دور بریزید.
- ← درباره مانع از دسترسی آسان با فامیل، دوستان و دیگر والدین صحبت کنید.

## اگر تصور می‌کنید فرزند نوجوان شما از داروهای نسخه‌ای صرف می‌کند، چه باید کرد؟

- ← وقتی که فرزند نوجوان شما حالت نشیگی ندارد و خودتان آرام هستید با او صحبت کنید.
- ← از پزشک کودک یا مشاور مدرسه کمک بگیرید.
- ← اطلاعات بیشتری درباره سوءصرف داروها کسب کنید. با اداره کل سوءصرف مواد و خدمات بهداشت روانی تماس بگیرید. شماره تلفن آنها 1-800-662-4357.
- ← می‌باشد.

اگر سوال یا نگرانی ای درباره پوشش درمان ترک مواد برای فرزند نوجوان خود دارید با برنامه بهداشتی و درمانی فرزند خود تماس بگیرید.